

[Hjem](#)[Treningstider og kamper](#)

SPILL LACROSSE I DAG!



Ta kontakt:

Leder: Stina Bjørnenæs,
stina@oslolax.no.
tlf: 77 55 66 22
(tilgjengelig på telefon mellom 10.00-15.00 man-tor)

Om Oslo lacrosse

Hva er lacrosse?

Lacrosse er en idrett med lang og stolt historie, helt tilbake til 1600-tallet. Dens opphav var som et spill mellom ulike indianerstammer i Nord Amerika og idrettens seremonier er fremdeles preget av indianske tradisjoner.

Idretten er en lagbasert ballsport som spilles med ti spillere på hvert lag, på enbane omkrent av samme størrelse som en vanlig fotballbane. Det finnes også innendørs lacrosse, kalt indoor eller box lacrosse. Spillerne er utstyrt med køller med en nettromme i enden (la crosse) som brukes til å fange og kaste ballen mellom spillerne og i mål. Taktisk minner spillet mye om ishockey, hvor du har et offensivt spill som handler om å sette opp spill og skaffe medspillere åpne skudd, mens keeper er beskyttet av en vernet sone rundt målet. For herrer er spillet svært fysisk og det brukes derfor beskyttelsesutstyr og hjelm.

For kvinner er spillet noe annerledes. Nettrommen på crossen er ikke tillatt så dyp som for gutter – dette gjør det enklere å slå ballen ut. Reglene for fysisk kontakt er også mye strengere og jentene bruker dermed mindre beskyttelsesutstyr.

Lacrosse i Norge vokser og det er i dag ca 1.000 aktive spillere i forbundets 16 medlemsklubber. Klubbene er i stor grad tilknyttet universitet og høyskoler, men det er også frittstående klubber. Seriespillet foregår i flere byer som helgeturneringer, med kvalifisering til Norgesmesterskapet som er i juni. I tillegg er det studentmesterskap og mindre turneringer. Forbundet organiserer landslag både for herrer og kvinner, med deltagelse i EM og VM, med gode resultater.



Hjem

Treningstider og kamper

Treningstider

Tirsdager 19:30-21:30 Linderud fotballbane
Torsdager: 20:00-21.30 Frogner stadion

Kamper som skal spilles:		
Fredag 17. september kl 20.15-22.00, Frogner		
Fredag, 24. september kl 20.15-22.00 Linderud		
Tirsdag 14. oktober kl 20.15-22.00 Frogner		
Onsdag 27. oktober kl 19.00-20.15 Domus		

Kamper hvor Oslo skal dømme og være i sekretariat: 26.09.2022
Tirsdag, 31. august, kl 20.15-22.00,
Linderud
Onsdag, 22. september kl 17:30-19.00
Domus

Kvalifisering til NM:
Fredag-søndag 22-24 September
Oslo Lacrosse – BSI Owls Fredag klokken
16.00-17.30
Christiania Lacrosse – Oslo Lacrosse

Lenker til nytteige nettsider

- <https://amerikanskeidretter.no/forbund/>
- www.skadefri.no
- <https://www.facebook.com/antidopingnorge/>